LA PRATIQUE DU SACREMENT DE PENITENCE

POUR BIEN SE CONFESSER



Beaucoup de confessions sont nulles - ou du moins stériles - parce qu'**on y dit des banalités, des aveux passe-partout,... en tout cas, pas ce qu'il faudrait dire.**

Ce petit livret voudrait vous aider à faire des confessions sincères, complètes, purifiantes, pacifiantes et sanctifiantes, qui vous donnent la paix du cœur ici-bas, et qui vous ouvrent ensuite la porte du Ciel.
Beaucoup de chrétiens ignorent la nomenclature même de tous les péchés, qu'ils sont constamment exposés à faire - et qu'ils font - et à force de ne plus s'examiner en détail à la lumière d'une vraie doctrine morale, ils finissent par ne plus se trouver coupables d'aucun péché, - si ce n'est de quelques menues peccadilles, - ce qui est le comble de la cécité spirituelle. Peut-être le présent fascicule apportera-t-il un peu de lucidité aux âmes qui désirent la lumière !

Avoir une conscience entièrement purifiée pour de vrai - n'est-ce pas une grâce inappréciable ? **Le ciel ne sera pas peuplé de justes - mais de pécheurs justifiés, purifiés et pardonnés.**

Prenez donc le temps de lire attentivement ce livret, soit chez vous, soit à l'église : vous pouvez en retirer une grande paix, et il aura atteint son but.

Mode d'emploi : comment utiliser ce livret ?

Pendant que vous le parcourez pour faire votre examen de conscience, soit chez vous, soit à l'église, cochez d'une petite croix chaque péché dont vous voulez vous accuser au confessionnal : ainsi, pour vous confesser, vous n'aurez qu'à lire, et aucun effort de mémoire ne vous sera nécessaire, aucun risque non plus d'oublier un péché. Dans l'accusation de vos péchés, lisez simplement le texte qui est écrit ; de cette manière, vous

serez précis, concis, et suffisamment bref. Vous n'avez pas à faire des commentaires, ni un exposé de spiritualité, vous êtes là pour dire - non pas ce qu'il faudrait faire ou ce que vous auriez dû faire - mais ce que vous avez fait ou pas fait : c'est au confesseur à vous dire le reste.

Toutefois, **vous pouvez et même vous devez si cela vous est nécessaire poser des questions au confesseur**, soit au cours de rémunération de vos péchés, soit quand vous aurez fini de les dire. **Le confesseur n'est pas là seulement pour vous pardonner, mais aussi pour vous éclairer.**

Une très bonne confession, dit saint Jean Chrysostome, équivaut - pour la purification de l'âme - à un nouveau baptême. Elle peut donc vous obtenir non seulement le pardon de vos péchés, mais encore la remise d'une partie des peines du purgatoire. Et quand nous savons, d'après saint Thomas, qu'une heure de purgatoire est infiniment plus insupportable que toute une vie de souffrances ici-bas,... alors, quelle légèreté d'esprit de ne pas tout faire, pendant qu'il est temps, pour abréger au maximum ce temps de terrible expiation qui nous attend dans l'autre monde !

Avant d'aller au confessionnal, - à genoux devant le tabernacle ou devant une statue de la Vierge Marie - dites avec piété filiale la prière suivante :

« Mère sainte et toute pure, moi, pécheur et votre enfant, je viens à vous avant d'aller à Jésus et à son prêtre demander le pardon de mes fautes.

Je voudrais recevoir le sacrement de miséricorde plus dignement, avec plus de sincérité que d'ordinaire.
Ô ma Mère Marie, faites que ma confession soit vraiment purifiante, qu'elle me dégage de mes servitudes et me libère de mes entraves. Pour cela, daignez m'obtenir à moi, votre enfant, la grâce de la lumière, pour voir nettement - pour apprécier justement, loyalement, comme aussi sans scrupule - la grâce de me sentir pécheur, indigne mais sans découragement et sans dépit : la grâce du courage humble pour avouer sans détours au prêtre qui ne sait pas, devant votre Fils qui sait tout. Je me suis si peu gêné pour le peiner - j'accepte maintenant la gêne de l'aveu pour réparer.

A vous, l'Immaculée qui connaissez la douleur attristée de Jésus sur mes offenses et mes négligences - telles et telles surtout - faites naître en moi le repentir qu'il attend de mon cœur.
Tout cela dans la paix, je vous prie, ma Mère. »

Ainsi soit-il.

Puis allez au confessionnal.

Voici donc une bonne manière de vous confesser :

— Au nom du Père et du Fils et du Saint-Esprit. Ainsi soit-il.
Bénissez-moi, mon Père, parce que j'ai péché.
Je confesse à Dieu tout-puissant, à la bienheureuse Marie toujours vierge, à saint Michel archange, à saint Jean-Baptiste, aux saints apôtres Pierre et Paul, à tous les saints, et à vous, mon Père, que j'ai beaucoup péché, par pensée, par paroles, par action et par omission.

Mon Père, je ne me suis pas confessé depuis... J'ai fait (ou « je n'ai pas fait ») ma pénitence. Mon Père, voici mes péchés :

Ier commandement

La prière :

— Je ne prie jamais - ou pas beaucoup.
— Je ne fais pas régulièrement mes prières du matin et du soir.
— Je dis seulement une petite formule de prière très courte.
— Je ne prie qu'en me déshabillant, ou en faisant autre chose, sans respect, sans attention, la radio allumée.
— Je ne sais plus les prières du catéchisme, et je ne fais rien pour les réapprendre.
— Je ne prie jamais à genoux.
— Je fais mal les génuflexions.
— Je fais les signes de croix sans piété.
— Je ne fais pas des actes d'adoration à Dieu.
— Je ne remercie pas Dieu de tout ce qu'il me fait.
— Je ne prie pas devant les tentations (quand j'ai envie de faire quelque chose de mal).
— Je ne fais rien pour mettre la prière en famille.
— Je ne dis jamais les Angélus.
— Je ne dis jamais de chapelet - ou je ne le dis qu'au lit.

Mon instruction religieuse :

— Je ne cherche pas à m'instruire sur ma religion.
— Je ne fais pas de lectures religieuses.
— Je n'écoute pas attentivement les sermons ; je n'y réfléchis pas pendant la semaine.
— Je trouve les prédications trop longues, au lieu de penser à ce qu'elles contiennent.
— Je critique et conteste ce qu'on m'enseigne.

La vertu de foi :

— Je n'ai pas une foi très convaincue - et je ne cherche pas à la fortifier.
— Je crois facilement que toutes les religions sont valables.
— J'ai douté volontairement de quelque vérité religieuse (dites lesquelles).
— J'ai exposé ma foi dans des lectures hostiles ou équivoques.
— J'ai participé à des conversations où on critiquait le religion.
— J'ai fréquenté sans nécessité des personnes sans religion ou hostiles à la foi catholique
— Je n'ose pas prendre la défense de la religion quand elle est attaquée devant moi.
— J'ai pris part à des actes de superstition : j'ai consulté des sorciers, des guérisseurs, des tireuses de cartes ou des diseuses de bonne aventure.
— J'ai assisté à des séances de tables tournantes de spiritisme ou d'hypnotisme.
— J'ai porté sur moi ou sur ma voiture des objets « porte-bonheur ».
— J'ai donné suite, sans demander conseil, à des « chaînes de solidarité ».
— Je « touche du bois » pour être préservé d'un malheur.
— J'ai honte de montrer ma foi, de faire en public des gestes de piété, des signes de croix, des génuflexions (= péché de respect humain), - de porter ostensiblement des objets pieux (médailles, croix, chapelet...) - de prier à haute voix en public.
— Je suis inscrit à une secte anticatholique. J'ai reçu chez moi des adeptes d'une secte, et j'ai discuté inutilement avec eux, mettant ainsi ma foi en danger.

La vertu d'espérance :

— Je n'ai pas suffisamment le souci de mon salut éternel.
— Je suis trop attaché aux biens de la terre, et je ne pense pas beaucoup au ciel.
— Je ne crois pas à la résurrection de mon corps.
— Je ne redoute pas l'enfer - je pense qu'il n'est pas possible pour moi.
— J'abuse de la patience et de la bonté de Dieu pour pécher et rester dans le péché - sans crainte de me damner (= péché de présomption).
— Je n'ai pas le souci d'abréger mon purgatoire.
— J'ai manqué de confiance en Dieu dans les difficultés.
— Je n'ai pas suffisamment recouru à la prière quand j'avais des soucis.
— J'ai dit - ou pensé - que la prière est inutile - parce que je n'étais pas exaucé tout de suite.
— J'ai murmuré contre Dieu quand j'étais éprouvé, en pensant que je ne méritais pas de telles épreuves.
— J'ai trop présumé de mes propres forces pour m'exposer au péché, me croyant assez fort pour résister à la tentation, et sans tenir compte des avertissements de l'Église (= péché de mérité).
— Je me suis découragé après le péché - ou j'ai eu du dépit ; j'ai pensé que Dieu ne pouvait pas me pardonner, ou que mes efforts étaient inutiles (= péché de découragement).

La vertu de charité :

— Dieu n'occupe pas beaucoup de place dans mon esprit et dans ma vie.
— Je préfère à Dieu des créatures - et je délaisse souvent Dieu pour leur faire plaisir.
— Je ne suis pas attentif à la présence de Dieu dans ma vie.
— Je n'offre pas à Dieu mon travail, mes joies, mes peines.
— Je ne m'efforce pas de voir Dieu dans les événements, je ne crois pas à sa Providence, et je ne sais pas lui rendre grâces.
— Je n'ai pas de charité surnaturelle envers moi-même. Je n'ai pas le souci de mon bien rituel et de ma perfection.
— Je crois que la morale naturelle est suffisante, et que les vertus surnaturelles ne sont pas nécessaires au salut.
— Je n'aime pas assez les autres : je ne fais pas assez d'efforts pour les comprendre, les aider, les encourager.
— Je n'ai pas le souci du salut des autres, et ne cherche pas à leur faire du bien.
— Il y a des personnes que je n'aime pas : je ne prie pas pour elles.
— Je garde rancune, et je ne cherche pas à me réconcilier après des fâcheries.
— J'ai communié avec de l'animosité contre quelqu'un,
— Je ne suis pas assez reconnaissant envers ceux qui me font du bien.
— Je ne prie pas assez pour les défunts, et spécialement pour ceux qui m'ont fait du bien.

Mes confessions :

— Je néglige de me confesser souvent.
— Je ne prépare pas suffisamment mes confessions, et je les fais légères en quelques mots banals et passe-partout.
— J'ai fait des confessions incomplètes par manque de sincérité.
— Je n'ai pas un sincère repentir de mes fautes : je ne demande pas à Dieu la grâce de l'avoir.

— Je n'ai pas la volonté de me corriger de certains de mes défauts.
— Je n'ai pas fait correctement la pénitence que le prêtre m'avait donnée dans une de mes confessions précédentes.
— Je n'ai pas la douleur de voir Dieu tant offensé dans le monde.

La sainte eucharistie :

— J'assiste à la messe sans attention : je m'y tiens mal.
— Je n'y participe pas correctement : je ne réponds pas aux prières du prêtre à haute voix et avec un effort convenable.
— Je n'écoute pas les lectures.
— Je suis distrait - ou je dors - pendant les sermons.
— Je suis négligent pour arriver avant le commencement des offices.
— Je m'attarde devant l'église au lieu de rentrer avant la messe.
— Je ne suis pas attentif à respecter le silence à proximité de l'église pour aider la prière de aux qui sont entrés.
— A la fin de la messe, je sors avant que le prêtre ait quitté l'autel.
— Après la messe, je critique ce que j'ai vu ou entendu.
— Je ne fais pas effort pour assister à la messe en semaine.
— Je suis venu à l'église en tenue immodeste.
— Je m'habille trop vulgairement pour venir à la messe, au lieu de me mettre en tenue de cérémonie comme le mérite le Saint Sacrifice.
— J'ai négligé les offices autres que la messe (vêpres, chapelets, cérémonies du soir, etc...).
— Je n'ai pas fait mon possible pour favoriser à mes proches l'assistance aux offices, et pour qu'ils puissent y arriver à l'heure.
— J'ai mené les autres aux offices, et je n'ai pas daigné entrer dans l'église.
— Je suis quelquefois entré dans l'église par besoin - sans même y faire une prière et une adoration.
— Je communie trop rarement.
— Je ne crois pas avec assez de force à la Présence réelle.
— J'ai communié sans être en état de grâce consciemment.
— J'ai communié sans respecter intégralement les règles du jeûne eucharistique.
— Après mes communions, je ne me recueille pas dans une profonde action de grâces.
— Dans la journée, je ne repense pas à ma communion du matin pour en garder les fruits.
— Je ne fais jamais de visite au Saint-Sacrement, même quand je passe à côté de l'église ou que je vais au cimetière.
— Quand je passe sur la route devant l'église, je ne fais pas un salut, ni un signe de croix, en pensant à Notre-Seigneur qui est au tabernacle.
— Je critique facilement les personnes qui communient souvent, sous prétexte qu'elles ne paraissent pas meilleures que les autres.

Les sacramentaux :

— Je traite sans respect des choses bénites : eau bénite, médailles, cierges, laurier béni, images pieuses, reliques, etc...
— Je regarde avec indifférence les bénédictions rituelles de l'Église : maisons, véhicules, animaux, malades...
— J'attache à toutes ces choses une crédulité excessive et superstitieuse en leur attribuant une efficacité magique.
— Je me suis moqué des manifestations diaboliques et des exorcismes.

IIe commandement

— Dans un excès de colère, j'ai profané le saint nom de Dieu.
— J'ai été injurieux envers la religion, envers les prêtres, les sacrements, la piété des autres.
— Je prononce facilement des jurons, des mots grossiers, orduriers, indignes de lèvres chrétiennes, - et je ne cherche pas à m'en corriger...
— J'ai fait des serments sur des choses futiles, en disant légèrement « je le jure ».
— J'ai juré pour soutenir un mensonge (= parjure).
— J'ai porté de faux témoignages devant la police, devant les tribunaux ou devant mes supérieurs.
— J'ai refusé de témoigner quand je l'aurais pu, par exemple devant un accident.
— J'ai fait des vœux ou des promesses que je n'ai pas tenus.
— J'ai traité irrespectueusement (en paroles ou en actes) des personnes ou des objets consacrés (= sacrilège).

IIIe commandement

La messe dominicale :

— J'ai manqué la messe le dimanche sans excuse grave (dites combien de fois).
— J'ai été cause que d'autres l'ont manquée (dites combien de personnes et combien de fois).
— Je suis arrivé en retard (à quel moment et combien de fois) par ma faute.
— Je me suis dissipé pendant la messe et j'ai été cause de la dissipation des autres.
— J'ai fréquenté la messe « dominicale » du samedi soir.

Le repos dominical :

— J'ai travaillé le dimanche sans nécessité absolue et sans demander l'autorisation au prêtre.
— J'ai fait travailler les autres, - je les ai laissé travailler alors que j'aurais pu les en dissuader.
— J'ai été aider les autres à travailler sans nécessité absolue : je n'ai pas osé refuser par respect humain.
— J'ai exigé que d'autres me fassent un travail le dimanche, par égoïsme, sans nécessité.
La sanctification du jour du Seigneur
— Je n'ai pas cherché à mettre dans mon dimanche plus de prières, ni de lectures spirituelles - que les autres jours.
— Je n'ai pas aidé mes enfants à faire de leur dimanche une journée d'instruction religieuse.
— J'ai donné trop de place, le dimanche, à des loisirs légitimes (sport, pêche, chasse, courses, promenades...) au détriment des exercices de piété, ou des visites de charité.
— J'ai profané le dimanche par des divertissements coupables : bals, mauvais films, fréquentations malsaines...

IVe commandement

Ma vie familiale :

— Je n'aime pas assez mes parents - mes beaux-parents - mes grands-parents.
— Je ne cherche pas ' à les rendre heureux, - je ne les aide pas comme je le devrais matériellement et moralement.
— Je suis dur avec eux, je leur parle sans respect.
— Je désobéis - j'obéis de mauvaise humeur.
— J'ai de la haine et de la révolte envers les miens.
— Je les ai injuriés.
— Je les ai frappés.
— Je les ai dénigrés en parlant mal d'eux à des étrangers.
— Je rougis des miens devant les autres, à cause de leurs défauts ou de leur pauvreté.
— Je ne favorise pas la vie religieuse des miens comme je le devrais.
— J'ai tardé à procurer à des malades de ma famille les secours du prêtre.
— Je n'aime pas profondément mon époux (mon épouse).
— Je lui rends la vie pénible par ma faute.
— Je fais des dépenses égoïstes en ne pensant qu'à moi.
— Je suis hautain, capricieux, autoritaire.
— Je ne m'occupe pas assez de mes enfants, je ne leur donne pas assez de temps.
— Je les gâte trop, je suis trop faible dans leur éducation.
— J'ai refusé, sans raison valable, de nourrir mon enfant après sa naissance (faute grave).
— Je me suis opposé à la vocation religieuse d'un enfant, ou je n'ai rien fait pour l'aider.
— Je suis trop dur avec mes enfants, pas assez calme, patient et compréhensif.
— Je ne me soucie pas assez de l'exemple que je leur donne, je ne réfléchis pas au scandale que peut leur donner ma manière de vivre.
— J'ai attendu trop longtemps pour faire baptiser un enfant.
— Je ne parle pas assez de Dieu à mes enfants.
— Je ne prie pas avec eux et devant eux.
— Je ne contrôle pas leur manière de vivre en société, à l'école, dans leurs loisirs.
— Je ne m'inquiète pas assez de leur formation religieuse : je ne collabore pas assez avec le prêtre pour le progrès spirituel de mes enfants.
— Je laisse à mes enfants trop de liberté pour la radio, la télévision, les lectures, les fréquentations des camarades qui peuvent exposer leur foi.
— Je les laisse sacrifier leur vie religieuse pour le sport.
— J'ai contrarié l'orientation professionnelle d'un de mes enfants.

Ma vie civique :

— Je n'aime pas ma patrie, je n'ai pas le souci de la voir revenir à Dieu, je ne prie pas pour son bien.
— Je m'accommode du laïcisme.
— Je décline toute responsabilité politique, et je ne me dévoue pas au bien public quand l'occasion se présente.
— Je suis inscrit à un groupe politique, syndical ou idéologique nuisible à la religion (F.-. M.-. ,
communisme, socialisme, libre-pensée, syndicats gauchistes, etc...).
— J'ai chassé - j'ai péché - j'ai conduit des véhicules - sans permis, ou sans les formalités administratives requises.
— J'ai violé consciemment quelque loi civile.
— j'ai commis volontairement des infractions au code de la route.
— Je ne soutiens pas l'école chrétienne.

Ma vie professionnelle :

— Je suis dur et autoritaire avec mes employés.
— Je ne favorise pas de mon mieux la vie religieuse de mes employés.
— Je n'ai pas le souci de la tenue matérielle et morale des lieux de travail : j'y laisse traîner des affiches indécentes.
— Je suis incorrect avec mes patrons.
— Je désobéis à mes patrons.
— J'entretiens le mauvais esprit dans mon groupe de travail.
— Je participe à des activités subversives qui troublent le travail au lieu de chercher la paix sociale.
— Je suis jaloux de mes collègues de travail.

Ve commandement

— Je suis méchant.
— J'ai eu des disputes violentes, des discussions passionnées et autoritaires.
— J'ai donné des coups.
— Je me suis vengé.
— J'ai désiré me venger (sans pouvoir le faire).
— Je garde de la haine, de la rancune.
— J'ai souhaité du mal.
— Je me suis réjoui des épreuves des autres.
— j'ai dit des paroles blessantes avec l'intention de faire de la peine.
— Je ne souhaite pas de bien à ceux qui me sont antipathiques.
— Je suis jaloux du bien qui arrive aux autres.
— Je ne cherche pas à réconforter les malheureux.
— Je méprise les autres à cause de leurs défauts.
— Je n'ai pas le souci des mauvais exemples que je donne en étant un chrétien médiocre.
— J'ai scandalisé par des paroles, des conseils, des comportements, des chansons, des livres ou journaux que j'ai prêtés.
— J'ai provoqué des accidents, des blessures ou des morts - par imprudence, et j'y suis resté indifférent parce que j'étais « assuré ».
— Je me suis attardé à des pensées de suicide.

VIe et IXe commandements

Discipline des sens ; modestie :

— J'ai entretenu dans mon esprit des pensées, des rêveries et des désirs impurs.
— J'ai porté volontairement et inutilement mes regards sur des choses obscènes : affiches, presse, photographies, toilettes immodestes.
— J'ai regardé des films sans tenir compte de la côte morale (cinéma ou télévision).
— J'ai lu des récits inconvenants.
— J'ai laissé traîner sur les tables de la presse indécente.
— J'ai chanté - ou écouté chanter - des chansons indécentes.
— J'ai chanté ou fait jouer de mauvaises chansons en présence d'autres personnes, causant ainsi du scandale.
— Je me suis entretenu inutilement de choses impures.
— J'ai fréquenté les bals et autres lieux de luxure : j'y ai entraîné d'autres personnes.
— J'ai satisfait ma curiosité malsaine - sans nécessité - sur les choses sexuelles.

— J'ai eu des gestes indécents, des familiarités coupables - ou je les ai permises à d'autres sur moi.
— J'ai tait des actes sexuels - seul - avec d'autres (mentionnez s'il s'agit d'une autre personne de votre sexe ou non, mariée ou non, et combien de fois).
— J'ai porté des toilettes qui ne me couvraient pas suffisamment, -j'ai eu des attitudes inconvenantes : j'ai négligé le scandale que je causais en étant une occasion de péché.
— Je m'habille trop légèrement pour travailler dans mon milieu familial, par manque de mortification.

Vie conjugale :

— J'ai manqué à la fidélité conjugale : en pensée, en désir, en acte (dans ce dernier cas, combien de fois ?).
— J'ai cherché à plaire à d'autres qu'à mon conjoint, et recherché leur compagnie.
— J'ai triché avec les lois de la fécondité : acte conjugal inachevé, contraceptifs, préservatifs..., actes contre nature.
— J'ai désiré - conseillé - pratiqué - ou participé médicalement - à l'avortement.
(Demandez à votre confesseur, si vous en avez besoin, de vous éclairer davantage sur la morale conjugale : c'est un point très important pour votre salut.)
— Je cohabite en concubinage.
— Je suis uni seulement à la mairie (c'est-à-dire que je me suis enchaîné au concubinage).
(Demandez alors des conseils à votre confesseur.)
— J'ai refusé le devoir conjugal à mon conjoint sans motif légitime, je ne l'ai accordé qu'avec mauvaise humeur,
— Je n'ai pas proposé le devoir conjugal quand je savais que mon conjoint le désirait.
— J'ai volontairement et indûment limité les naissances dans mon foyer.

VIIe et Xe commandements

— J'ai volé (dites quelle valeur, au moins approximativement, ou précisez l'objet volé).
— J'ai gardé des objets trouvés sans les déclarer.
— J'ai gardé des objets empruntés.
— J'ai triché dans un héritage avec mes cohéritiers,... j'ai lésé mes héritiers dans mon testament.
— J'ai trompé dans les marchés ou les transactions.
— J'ai triché dans les jeux.
— J'ai extorqué par ruse, injustement, des avantages (salaires, retraites, pensions, subventions).
— J'ai pratiqué « le système D », le « piston »... pour me procurer quelque avantage auquel je n'ai pas droit normalement.
— J'ai tardé, par négligence, à payer mes dettes.
— J'ai laissé traîner indûment des notes chez des commerçants.
— j'ai laissé abîmer le bien des voisins par mes bêtes ou mes machines - sans chercher à réparer les dégâts.
— Je me suis servi sans permission préalable et sans gêne du bien des autres.
— J'ai provoqué aux autres des préjudices, par exemple en accrochant une voiture, et je n'ai pas révélé mon identité (le tort causé peut être considérable et constituer un péché très grave).
— Je n'ai pas payé le denier du culte.
— J'ai refusé d'aider les plus démunis que moi, alors que je l'aurais pu.
— J'ai refusé l'aumône à des pauvres.

— Je ne suis pas généreux pour les quêtes et les bonnes œuvres.
— Je gaspille l'argent à des choses superflues, - j'entretiens chez moi un luxe inutile.

Justice sociale :

— Je ne donne pas un juste salaire à mes employés.
— Je n'observe pas la législation sociale concernant le travail.
— J'ai triché dans mon travail et j'ai lésé mon employeur (retard dans les horaires, tricherie pour les visites médicales, grignotage sur le temps de travail, etc...).
— J'ai traduit quelqu'un devant les tribunaux, alors que j'aurais pu l'éviter.

VIIIe commandement

Mensonge :

— J'ai menti ou déformé la vérité - par vantardise ou par intérêt, ou pour tenter de me disculper, ou pour nuire à quelqu'un.
— J'ai menti à mes supérieurs - à mon conjoint - à mes enfants.
— J'ai fait dire des mensonges à mes enfants.
— J'ai menti à mon confesseur.

Médisances – calomnies - Jugements téméraires – Indiscrétions

— J'ai dit du mal vrai sur mon prochain sans raison valable.
— J'ai dit du mal faux sur mon prochain, j'ai inventé du mal, j'ai grossi le mal que je savais.
— J'ai dit du mal dont je n'étais pas sûr, que j'ai répété après les autres inconsidérément, sans preuves.
— J'ai pris plaisir à divulguer du mal sur les autres, par vengeance ou malice.
— J'ai soupçonné les autres sans preuve suffisante.
— J'ai écrit des lettres anonymes.
— J'ai porté faux témoignage devant la police - ou devant les tribunaux.
— J'ai raconté - ou répété - des choses préjudiciables aux prêtres ou à l'Église.
— J'ai révélé sans nécessité des choses secrètes.
— J'ai révélé des secrets qu'on m'avait confiés (vous en dites la nature, sinon la matière, pour que le confesseur puisse en apprécier la gravité,... mais sans jamais nommer des personnes).
— J'ai parlé de choses qui m'ont été dites en confession.
— J'ai ouvert des lettres destinées à autrui. (Les parents en ont le droit pour les enfants.)
— J'ai lu des lettres destinées à autrui et que j'avais ouvertes involontairement.
— J'ai écouté - ou entendu involontairement sans m'éloigner- la confession d'une autre personne.
— J'ai critiqué, devant autrui, des conseils ou des avis que j'avais reçus en confession.

Les commandements de l'Église

— Je ne crois pas suffisamment au caractère divin de l'Église catholique.
— Je mets l'Église catholique sur le même pied que d'autres organisations confessionnelles.

— Je n'ai pas la soumission profonde et filiale à l'Église : je discute son enseignement, et critique au lieu de lui obéir.
— Je n'ai pas le souci de faire aimer l'Église et de la faire progresser par ma manière de me comporter.
— Je n'ai pas assez le sens du baptême, qui m'a fait fils de l'Église.
— Je n'aide pas financièrement l'Église comme je le pourrais (missions, écoles, séminaires).
— Je ne jeûne pas - alors que j'y suis tenu et que je le pourrais.
— J'ai mangé de la viande les jours d'abstinence obligatoire.
— J'ai mangé de la viande les vendredis ordinaires - sans compenser cette abstinence par une autre pénitence.
— Je ne prie pas pour le pape - ni pour les prêtres - ni pour les vocations.
— Je m'obstine à « faire mes Pâques » sans être fidèle à la messe dominicale, et j'accumule ainsi les sacrilèges.

Les péchés capitaux

Orgueil :

— Je suis orgueilleux - arrogant - autoritaire.
— Je me crois meilleur que les autres, et je me mets facilement en relief quand j'en ai l'occasion.
— J'accepte difficilement d'être humilié.
— Je suis susceptible, et je supporte mal les plaisanteries qui me sont défavorables.
— Je suis vaniteux dans ma toilette, et je cherche à plaire.
— Je suis obstiné dans mes idées, sans chercher à les confronter avec la vérité (entêtement et opiniâtreté)

Avarice, attachement aux biens matériels :

— Je suis attaché à l'argent, aux biens matériels, et trop peu aux biens spirituels.
— J'aime le luxe, le confort, le mobilier.
— J'ai toujours peur de manquer du nécessaire et je ne cherche pas à partager.
— Je refuse de prêter ce qui m'appartient, ou je ne le prête pas de bon coeur.
— Je suis pointilleux pour défendre mes biens.

Jalousie et envie :

— Je suis jaloux des autres, de leurs biens, de leurs qualités, de leurs succès.
— Je me réjouis quand il leur arrive des choses désagréables, et je m'attriste de leur bonheur.
— J'ai souhaité du mal aux autres.

Gourmandise :

— Je donne beaucoup d'importance aux plaisirs de la table.
— Je mange plus que le nécessaire.
— Je fais des excès de boissons alcoolisées.
— Je ne surveille pas la boisson de mes enfants.
— Je suis difficile pour la nourriture, et je crée des difficultés inutiles à ma famille.

— je suis trop attaché aux banquets et aux bons repas.
— J'abuse des friandises.
— Je fume d'une façon, immodérée.

Colère :

— J'ai mauvais caractère, et je ne fais pas d'effort pour m'en corriger.
— Je m'emporte dans de violentes colères.
— Je corrige mes enfants sans me maîtriser.
— Je suis brutal envers les animaux.

Paresse :

— Je prolonge mon sommeil, ou je paresse dans mon lit, au-delà du nécessaire.
— Je rechigne devant l'effort pour mon travail.
— J'ai refusé de me gêner pour rendre service aux autres gratuitement.
— Je cherche toujours à grignoter sur le temps de mon devoir - au profit de mon plaisir.
— Je suis paresseux pour mes prières, pour répondre à la messe.
— Je cherche mes aises dans mes attitudes au lieu de me discipliner pour me tenir dignement.

Conclusion

— Après avoir dit avec sincérité tous vos péchés, vous ajoutez la formule suivante :
De tous ces péchés - de tous ceux que j'ai oubliés - de tous ceux de ma vie passée, je demande pardon à Dieu, - et, à vous, mon Père, pénitence et absolution, si vous m'en jugez digne.
(Cette prière, chaque fois que vous la prononcez au confessionnal, diminue la durée de votre purgatoire que vous ont méritée vos péchés.)

— Fuis, vous achevez le « Je confesse » :
C'est ma faute, c'est ma faute, c'est ma très grande faute. C'est pourquoi je supplie la bienheureuse Marie, toujours vierge, saint Michel archange, saint Jean-Baptiste, les saints apôtres Pierre et Paul, tous les saints et vous, mon Père, de prier pour moi le Seigneur notre Dieu.

— Vous écoutez ensuite ce que vous dit le confesseur ; quand il a fini de vous parler, vous dites l'acte de contrition :
Mon Dieu, n'ai un très grand regret de vous avoir offensé, parce que vous êtes infiniment bon, et que le péché vous déplaît. Je prends la ferme résolution, avec le secours de votre sainte grâce, de ne plus vous offenser de faire pénitence.
—Vous écoutez la formule d'absolution, - avec joie, humilité et reconnaissance.

— Avant de quitter le confessionnal, vous dites (à Dieu et au prêtre) : « **Merci, mon Père / monsieur l'abbé !** » Vous repartez ami de Dieu ; vous allez faire la pénitence que le confesseur vous a imposée.

Prière à l'amour miséricordieux de Notre-Seigneur

Seigneur Jésus, je suis un pauvre pécheur. Tous les matins, c'est avec beaucoup de vérité

que l'Église met sur mes lèvres cette parole : « Mon Dieu, je vous offre cette hostie pour mes offenses et mes négligences innombrables. » Combien elle a raison ! Si je n'étais qu'une simple créature, je ne serais pas grand chose, je serais devant vous l'équivalent d'un zéro, le néant en face de l'Être, celui qui n'est pas en face de celui qui est, le zéro en face de l'infini...

Du moins, je ne serais pas votre ennemi.
Mais, là ne s'arrête pas ma pauvreté ; à cette pauvreté immense, mais indépendante de ma volonté, j'ai ajouté moi-même la malice, et une misère incroyable, une déchéance qu'aucun mot ne peut traduire, car je suis un pécheur. Ce mot de « pécheur », Seigneur, a fait trembler les d'eux la première fois que vos anges le sont devenus... Et faut-il que le péché soit votre ennemi, Seigneur mon Dieu, pour avoir provoqué de votre main qui avait créé par amour, cette terrible réplique qu'est l'enfer éternel !

Par le péché, je me suis abaissé au-dessous du zéro, je me suis rangé dans le négatif, et je suis devenu votre adversaire et votre bourreau, moi que vous aviez créé parce que vous m'aimiez. Et c'est l'abîme de cette déchéance, Seigneur Jésus, que vous êtes venu rejoindre par le mystère de votre sainte Incarnation... C'est cette misère que vous êtes venu guérir par le mystère de votre Rédemption... C'est cette malice que vous êtes venu me pardonner du haut de votre sainte croix.

Quand je m'arrête à cette pensée, ô mon Jésus, la dimension de votre amour miséricordieux m'écrase et me confond, en même temps qu'elle m'exalte pour me précipiter à vos genoux. Si je n'étais que le néant de la créature, je ne mériterais pas que vous vous intéressiez à moi,... mais je ne mériterais pas non plus, du moins, que votre justice me punisse. Mais je suis pécheur ! Par mon péché, je vous ai fait la plus insolente injure qu'on puisse vous faire, celle de remplacer votre volonté par la mienne… votre honneur par mon orgueil... votre majesté par mon néant... votre sagesse par ma stupide raison... et votre amour par mon ingratitude. Je mérite votre colère et l'enfer éternel, que vous avez créé pour punir les pécheurs. Et si encore je ne vous avais offensé qu'une fois, et que je me sois converti ensuite !... Mais hélas ! Pour mon grand malheur !

Ce que les anges ont fait une seule fois,... ce que tant de saintes âmes ont fait une fois et arrosé ensuite de leurs larmes, moi je l'ai fait un nombre incalculable de fois, et je n'ai ensuite jamais pleuré comme il faudrait mes égarements.

L'œuvre de vos mains a été profanée par les miennes, et l'image de votre esprit a été en moi violée par ma volonté rebelle. Mon péché est grand comme l'océan, il a pris une dimension éternelle, en touchant sacrilègement aux lois que votre sagesse éternelle avait posées et pensées éternellement. De plus, Seigneur, je n'ai pas su pleurer mes péchés...

Je suis semblable un enfant étourdi qui a multiplié les bêtises, et qui continue à rire comme si rien ne s'était passé ! Et c'est ce qui me rend encore plus indigne de votre pardon. Je devrais être l'enfant prodigue confus et accablé par la honte, s'acheminant, confiant, mais douloureux, vers la maison de son père. Je sais qu'il ne peut pas être question de mettre une limite quelconque à votre amour pour moi, ni à votre pardon. Je sais que, même en étant tout à la fois Judas, Caïphe, Hérode, Pilate, Pierre, Marie-Madeleine et le larron, et en accumulant dans ma vie tous les crimes de la terre et de l'histoire, je ne pourrais mettre en échec la puissance purificatrice de votre passion. Mais je sais aussi que le mauvais larron s'est distingué de l'autre parce qu'il n'a pas eu l'humilité de se reconnaître pécheur, et que le ciel lui est passé à côté, non par le défaut de votre Rédemption, mais par le défaut de son repentir.

Jésus, envahissez mon cœur d'une douleur réelle et faites-moi pleurer sur mes péchés des larmes inconsolables et intarissables jusqu'à la fin de mes jours.

Enfin, ô mon Seigneur Jésus, j'ai encore une autre grâce à vous demander... Je m'arrête quelques secondes devant votre croix, afin de donner plus de force à ma prière...

Vous connaissez, Vous, les racines de mon péché. Allez à ces racines, je vous supplie, et opérez, comme vous savez et pouvez le faire, le défrichement nécessaire. Je ne me sauverai que si vous faites en moi des miracles ; mais vous pouvez les faire,... vous en avez fait tant d'autres.

Ces miracles que je vous demande, c'est de changer mon cœur, d'y éteindre le feu des passions, d'y arracher les mauvaises habitudes, d'y cautériser toutes les sources de venin, d'y opérer une transfusion complète, et d'y remplacer toutes les molécules viciées, par quelque chose de vous-même, afin que le nouvel être qui surgira de cette miraculeuse intervention de votre grâce, n'aime plus que vous, et tout ce que vous aimez vous-même.

J'implore cette faveur, Seigneur Jésus, à genoux au pied de votre croix, où vous avez donné pour moi la preuve d'un amour qui ne peut ni se dire, ni se comprendre.
Et je supplie votre très sainte Mère, que vous m'avez donnée au pied de cette même croix, en nous arrosant tous deux de votre sang rédempteur, cette Mère dont la tendresse et la délicatesse me sont au cœur plus consolantes que toutes les douceurs de la terre, je la supplie de m'obtenir de vous l'application surabondante de vos mérites, et la réconciliation totale dans votre amour miséricordieux.

Amen.